

Αθλητικά Αριστεία Αχαρνών

Καμιά άλλη επιγραφή, εκτός της παραπάνω που δέσποζε στον τοίχο της αίθουσας εκδηλώσεων του Δημοτικού Μεγάρου Αχαρνών, δε θα μπορούσε να αποδώσει καλύτερα το πνεύμα και την ουσία της εορταστικής εκδήλωσης που, πρωτοπορώντας ο Δήμος Αχαρνών, διοργάνωσε το βράδυ της Δευτέρας, 30 Νοεμβρίου 2015, για να επιβραβεύσει και τιμήσει τους αθλητές των διαφόρων αθλητικών Σωματείων της περιοχής του, που πέτυχαν πρώτες νίκες σε Πανελλήνιους και Διεθνείς αγώνες, τα έτη 2013, 2014. Βέβαια, τη μερίδα του λέοντος απέσπασαν οι αθλητές των πολεμικών τεχνών Τζούντο, Ταεκβοντό και πάλης καθώς στον Δήμο Αχαρνών ζει και δραστηριοποιείται ο Ολυμπιονίκης Χολίδης που με την παρουσία του εμπνέει και παρακινεί τους νέους στην ενασχόλησή τους μ' αυτά τα αθλήματα.

Αλλά και ο Σύλλογός μας είχε την τιμητική του, μεταξύ όλων των Σωματείων του Δήμου Αχαρνών, καθώς εκτός των πολλών μεταλλίων που έλαβαν οι αθλητές του Τζούντο, της Αναρρίχησης, του Σκάκι, της Χιονοδρομίας και του Ορειβατικού σκι, βραβεύτηκε και ο ίδιος με δύο πλακέτες, **για την ανιδιοτελή, πολύτιμη προσφορά του και τις τιμητικές διακρίσεις των αθλητών και αθλητριών του σε πανελλήνιο επίπεδο «ορειβασία» και σε πανελλήνιο, ευρωπαϊκό και παγκόσμιο επίπεδο στο άθλημα του τζούντο περιόδου 2013-2014.**

Τα συνεχή χειροκροτήματα και οι λάμπες από τις φωτογραφικές μηχανές που απαθανάτιζαν τις συγκινητικές στιγμές της βράβευσης των αθλητών έδιναν μια ιδιαίτερα συγκινητική εικόνα ενθουσιασμού στην εορταστική εκδήλωση, που έκλεισε με την προσφορά από τον Δήμο εύγευστων γλυκών και δροσερών αναψυκτικών.



Αξιολόγηση Σωματείων Ε.Ο.Χ.Α. 2014-2015

Η Ελληνική Ομοσπονδία Χειμερινών Αθλημάτων δημοσίευσε την αναλυτική κατάσταση αξιολόγησης των σωματείων της για το έτος 2014-2015, η οποία έχει ως εξής:

- | | | |
|--|---|--|
| 1. Ε.Ο.Σ. ΝΑΟΥΣΑΣ | 14. Ε.Ο.Σ. ΑΧΑΡΝΩΝ | 32. Ε.Χ.Ο.Σ. ΑΜΦΙΚΛΕΙΑΣ |
| 2. Ε.Ο.Σ. ΒΟΛΟΥ | 15. Ε.Ο.Σ. ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ | 32. Ε.Ο.Σ. ΚΑΤΕΡΙΝΗΣ |
| 3. Ε.Ο.Σ. ΑΘΗΝΩΝ | 16. Σ.Χ.Ο. ΑΡΑΧΩΒΑΣ | 34. ΟΜΙΛΟΣ ΑΝΤΙΣΦΑΡΙΣΗΣ ΧΙΟΝΟΔΡΟΜΙΑΣ ΑΡΓΟΥ |
| 4. Ε.Ο.Σ. ΜΕΤΣΟΒΟΥ | 17. Ε.Ο.Σ. ΣΕΡΡΩΝ | 35. ΧΙΟΝΟΔΡ. ΟΜΙΛΟΣ ΑΛΜΩΠΙΑΣ |
| 5. ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΦΛΩΡΙΝΑΣ | 18. ΕΛΛ. ΟΡΕΙΒ. ΣΥΛΛ. ΠΕΙΡΑΙΩΣ | 36. ΣΥΛΛ. ΧΙΟΝ. ΟΡΕΙΒ. ΙΤΕΑΣ ΚΙΡΡΑΣ |
| 6. ΣΥΛΛ. ΧΙΟΝΟΔΡ. ΟΡΕΙΒΑΤΩΝ ΕΣΠΕΡΟΣ ΚΑΛ. | 19. Ε.Ο.Σ. ΛΑΡΙΣΑΣ | 37. Ε.Ο.Σ. ΡΟΔΟΛΙΒΟΥΣ |
| 7. Ε.Ο.Σ. ΔΡΑΜΑΣ | 20. ΕΛΛ. ΧΙΟΝ. ΟΡΕΙΒ. ΒΕΡΟΙΑΣ | 38. Ε.Ο.Σ. ΛΑΜΙΑΣ |
| 8. ΑΛΠΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΒΟΡΕΙΟΥ ΕΛΛΑΔΟΣ | 21. Ε.Ο.Σ. ΑΛΜΥΡΟΥ | |
| 9. Χ.Ο.Σ. ΓΡΕΒΕΝΩΝ | 22. Ε.Ο.Σ. ΠΑΤΡΩΝ | |
| 10. Σ.Χ.Ο. ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ | 23. ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΚΟΛΥΜΒΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΛΕΙΒΑΔΙΑΣ | |
| 11. Σ.Ο.Χ. ΦΛΩΡΙΝΑΣ | 24. Ε.Χ.Ο.Σ. ΛΕΙΒΑΔΙΑΣ | |
| 12. Ο.Χ. ΕΔΕΣΣΑΣ | 25. ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΛΑΟΓΡΑΦΙΚΟΣ ΣΚΟΠΕΥΤΙΚΟΣ | |
| 13. Ε.Ο.Σ. ΚΑΡΠΕΝΗΣΙΟΥ | 25. ΟΜΙΛΟΣ Ε.Ο.Σ. ΑΣΠΡΩΝ ΣΠΙΤΙΩΝ | |
| | 27. Ε.Ο.Σ. ΤΡΙΠΟΛΗΣ | |
| | 28. ΧΙΟΝΟΔΡ. ΟΜΙΛΟΣ ΚΑΤΕΡΙΝΗΣ | |
| | 29. ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΧΙΟΝΟΔΡ. ΟΡΕΙΒΑΣΙΑΣ ΜΕΓΑΛΟ | |
| | 30. Σ.Χ.Ο. ΔΑΥΛΕΙΑΣ | |
| | 31. ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΧΙΟΝΟΔΡΟΜΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΑΧΑΪΑΣ | |



Ο Ε.Ο.Σ. Αχαρνών πρωταθλητής



Πρωταθλήτρια ομάδα Αττικής 2015 κάτω των 8 ετών αναδείχθηκε η ομάδα του ΕΟΣ Αχαρνών. Σε σύνολο 33 ομάδων η ομάδα του ΕΟΣ Αχαρνών σκαρφάλωσε στην κορυφή σημειώνοντας 5 νίκες σε 5 αγώνες. Αναλυτικά τα αποτελέσματα των αγώνων είναι:

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ	ΓΥΡΟΣ	ΟΜΑΔΑ	ΟΜΑΔΑ	ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑ
11/10/2015	1	ΕΟΣ ΑΧΑΡΝΩΝ	ΠΑΣ ΠΕΥΚΗΣ	3:0
18/10/2015	2	ΖΗΝΩΝ ΓΛΥΦΑΔΑΣ	ΕΟΣ ΑΧΑΡΝΩΝ	1:2
25/10/2015	3	ΕΟΣ ΑΧΑΡΝΩΝ	ΠΑΝΙΩΝΙΟΣ ΓΣΣ	3:0
01/11/2015	4	ΑΣΟΠ ΔΙΑΣ	ΕΟΣ ΑΧΑΡΝΩΝ	1:2
08/11/2015	5	ΕΟΣ ΑΧΑΡΝΩΝ	ΣΟ ΑΙΓΑΛΕΩ	3:0

Την ομάδα του ΕΟΣ Αχαρνών αποτελούσαν οι εξής παίκτες αλφαβητικά:

- Κωστελίδης Γιώργος
- Παπαδοπούλου Ευφροσύνη
- Συνοδινός Γιώργος
- Τσιανάκας Αντώνης

2ο Ατομικό Σχολικό Πρωτάθλημα Σκάκι του Δήμου Αχαρνών



Με επιτυχία πραγματοποιήθηκε το 2ο Ατομικό Σχολικό Πρωτάθλημα Σκάκι του Δήμου Αχαρνών. Το πρωτάθλημα έγινε στις 5/12/2015 στην αίθουσα εκδηλώσεων του Δημοτικού Μεγάρου του Δήμου Αχαρνών. Συνδιοργανωτές του πρωταθλήματος ήταν ο ΕΟΣ Αχαρνών και ο Δήμος Αχαρνών. Πήραν μέρος στους αγώνες **170 παιδιά** από όλες τις βαθμίδες της εκπαίδευσης. Περισσότερες λεπτομέρειες, τελικές βαθμολογίες και φωτογραφίες σε επόμενο τεύχος.

SALEWA

GONDOR EVO GTX
294,00€
Outsole: Vibram® Softon
Insole: Mid-sole Airline-2200 Ultralight
Lining: GORE-TEX® Perforated Comfort
Upper: 360° Full rubber rand
2.5mm PU wedge - Stabi
Weight: 690gr

RAMPAGE GTX
240,00€
Outsole: Vibram® Softon
Insole: Mid-sole Airline-2200 Ultralight
Lining: GORE-TEX® Perforated Comfort
Upper: GORE® Full rubber rand
Highly wear-resistant fabric
6.5mm Mesh
Weight: 620gr

MOUNTAIN TRAINER MID GTX
210,00€
Outsole: Vibram® Alpine Approach
Insole: Mid-sole Nylon
Lining: GORE-TEX® Extended Comfort
Upper: 360° Full rubber rand
Highly wear-resistant fabric
1.6mm Suede
Weight: 630gr

FIRETAIL EVO MID GTX
189,00€
Outsole: Vibram® Srandolite
Lining: GORE-TEX® Extended Comfort
Upper: Aramid/Ex Rubber 360° Rand
Highly wear-resistant fabric
Weight: 460gr

FIRETAIL EVO GTX
168,00€
Outsole: Vibram® Toad Approach
Lining: GORE-TEX® Extended Comfort
Upper: Aramid/Ex Rubber 360° Rand
Highly wear-resistant fabric
Weight: 415gr

www.polo.gr salewa@polo.gr **f SALEWA**
Κεντρική Διεύθυνση: ΓΩΓΩ ΑΒΕΕ, Ζησιμαπούλου 62 Π. Φάληρο Τηλ. 210 9428200

Τα νέα του τζούντο

Διεθνές Τουρνουά Τζούντο Αμύνταιου



Τουρνουά Τζούντο Ραφήνας



Παρέλαση 28ης Οκτωβρίου



Τουρνουά Τζούντο Βόλου Μαγνησίας.

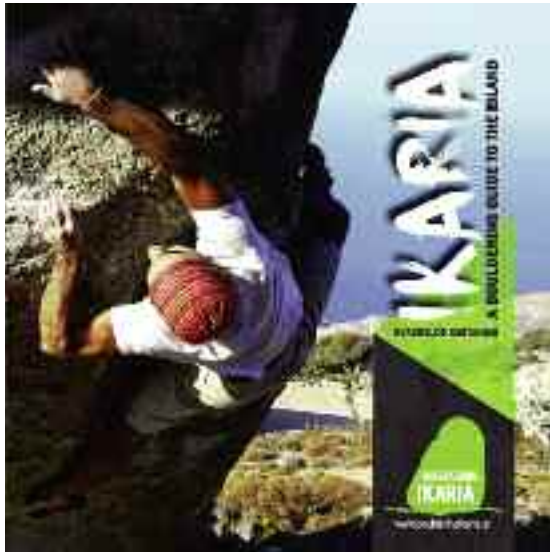


3ο Τουρνουά Τζούντο "Panionios Cup"



ΙΚΑΡΙΑ

Ευάγγελος Καστανιάς



Κυκλοφόρησε ένα πολύτιμο εργαλείο στα χέρια των αναρριχητών που επισκέπτονται το νησί της Ικαρίας για να ανακαλύψουν ένα νέο, πολλά υποσχόμενο αναρριχητικό παράδεισο! Σε εύρηστο μέγεθος και σε 2 γλώσσες (ελληνικά-αγγλικά) ο οδηγός περιλαμβάνει 300 διαδρομές boulder που έχουν διανοιχθεί έως σήμερα στις περιοχές Άγιος Ισίδωρος, Πέζι, Πρινέ, Μαύρη, Μαυριάνου, Κάλamos, Ακρωτήρι, Μαγγανίτης. Περιλαμβάνει χαράξεις σε φωτογραφίες, σκίτσα και χρήσιμες πληροφορίες για το νησί. Στις σελίδες του, μέσα από χρώματα και ολοζώντανες φωτογραφίες των γιγάντιων γρανιτένιων σχηματισμών του νησιού μπορεί κανείς να ανακαλύψει γιατί η Ικαρία είναι ο επόμενος σταθμός των αναρριχητών από Ελλάδα και εξωτερικό και μια νέα πρόταση εναλλακτικού τουρισμού. Ο επισκέπτης μπορεί μέσα από τον οδηγό επίσης να ενημερωθεί για τοπικές επιχειρήσεις σχετικά με τη διαμονή του, το φαγητό, τη διασκέδαση και τη μετακίνησή του στο νησί.

Ο έντυπος οδηγός BOULDERING IKARIA είναι η πρώτη προσπάθεια ευρείας ανάδειξης του έργου των Ευάγγελου Καστανιά, Αντώνη Σκευοφύλακα και Δονάτου Μπότου που ξεκίνησε επίσημα το 2012 με την υποστήριξη του Δήμου Ικαρίας για τη διάνομιξη Αναρριχητικών Πάρκων και την τόνωση του εναλλακτικού τουρισμού στο νησί της Ικαρίας.

Ο οδηγός κυκλοφορεί σε επιλεγμένα σημεία πώλησης όπως αναρριχητικές πίστες /γυμναστήρια και e-shops, και στα βιβλιοπωλεία Public, Ιανός και Παπασωτηρίου.

Προδιαγραφές των ορειβατικών καταφυγίων



Μετά από πολλές προσπάθειες εκδόθηκε το ΦΕΚ Ν. 2570/27-11-2015 με αρ. απόφασης 23948, που αφορά τις προδιαγραφές των ορειβατικών καταφυγίων. Το ΦΕΚ μπορεί να ανακτήσετε από την ιστοσελίδα του Εθνικού Τυπογραφείου (www.et.gr). Έχει επίσης αναρτηθεί στην ιστοσελίδα της Ε.Ο.Α. (http://www.eoa.gr/?page_id=540).



ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΔΙΑΘΕΣΗ

www.polo.gr sales@polo.gr

Ευντ. Ζησιμοπούλου 62 ή Π. Φάληρο Τηλ. 210 9414020

POLO

Ο Τάσος Σταθόπουλος ολοκλήρωσε την υπέρβαση αγάπης για τα παιδιά της Φλόγας

(10χμ κολύμπι, 510χμ ποδηλασία, 20χμ ανάβασης - κατάβασης Ολύμπου)

Κείμενο - Φωτογραφίες: **ΤΑΣΟΣ ΣΤΑΘΟΠΟΥΛΟΣ**

Μοναδικός σκοπός της αθλητικής μας παρέας, που αγαπά και υπηρετεί με πάθος τις υπεραποστάσεις, ήταν η στοιχειώδης ηθική συμπαράσταση στα παιδιά που νοσούν από καρκίνο και δίνουν τη δική τους μάχη μαζί με τον οικογενειακό τους περίγυρο. Μία μάχη τεραστίων διαστάσεων, μια κατάθεση ψυχής, που απλόχερα μοιλιάζει και εμάς τους αθλητές για να κάνουμε το επόμενο βήμα. Η έμπνευση (Ξενώνας Φλόγας-κορυφή Ολύμπου) είχε «κουρνιασει» στο μυαλό μου από το 2014, στα 63 μου χρόνια. Στόχος μας λοιπόν, ήταν η συμβολική εκκίνηση από τον Ξενώνα του **Συλλόγου Γονέων Παιδιών με Νεοπλασματική Ασθένεια «ΦΛΟΓΑ»** στην Αθήνα για να μεταφέρουμε και να υψώσουμε τη σημαία της **ΦΛΟΓΑΣ** και της Ελπίδας για **ΖΩΗ** στο υψηλότερο σημείο της Ελλάδας.

Δευτέρα, 14/9/2015, στις 9 το πρωί και παρουσία της προέδρου της ΦΛΟΓΑΣ κας Τρυφωνίδου, ξεκίνησα την ποδηλασία μαζί με τον τριαθλητή Γιάννη Μάντη και τον ποδηλάτη υπέρ αποστάσεων Ηλία Σπέη. Συνοδός και οδηγός με Ι.Χ που έφερε εμφανή τα λογότυπα της ΦΛΟΓΑΣ ήταν ο Σπαρταθλητής Θανάσης Κανελλόπουλος.

Μετά από 2 ώρες φτάσαμε στις παραλίες Πάχης-Βαρέων στα Μέγαρα και κολύμησα τα 10 χλμ σε 4 ώρες και 35 λεπτά, με θάλασσα ελαφρώς ταραγμένη. Με συνόδευε ο Γιάννης Μάντης που κολύμησε μαζί μου 4 χιλιόμετρα, και ο Ηλίας Σπέης με το κανό του για την τροφοδοσία μου. Το κολύμπι ήταν προγραμματισμένο για Αλεποχώρι-Ψάθα αλλά το αποκλείσαμε για τα πέντε (5) βόρεια μποφόρ του.

Αμέσως συνεχίσαμε την ποδηλασία μέσω Αλεποχωρίου-Βιλιών-Θήβας-Λειβαδιάς για να φτάσουμε στην Αμφίκλεια. Μετά από 205 ποδηλατικά χιλιόμετρα και 10 χιλιόμετρα κολύμβησης κοιμηθήκαμε μόνο 2:30 ώρες.

Στις 4 το πρωί ξεκινήσαμε μέσω Μπράλου-Λαμίας-Στυλίδας-Βόλου-Λάρισας και φτάσαμε στο Λιτόχωρο για να κοιμηθούμε. Κατά την ποδηλατική μας διάσχιση σε Θήβα -Βόλο-Λάρισα, είχαμε ανάλογες προγραμματισμένες συγκεντρώσεις υπέρ της ΦΛΟΓΑΣ με παρουσία τοπικών ΜΜΕ, όπως και την παρουσία δεκάδων φίλων δρομέων ποδηλατιστών που για αρκετά χιλιόμετρα μας καλωσόριζαν και μας ξεπροβόδιζαν από την πόλη τους. Πρόβλημα παρουσιάστηκε στην εθνική οδό Λαμίας-Βόλου, μετά τα διόδια Στυλίδας, όπου η τροχαία μας έβγαλε στον πολύ επικίνδυνο στενό παράδρομο (γιατί τα ποδήλατα απαγορεύονται στους εθνικούς δρόμους). Αυτό συνέβη και στο επικίνδυνο πέρασμα των Τεμπών. (χωρίς παράδρομο) που λόγω έλλειψης περιπολικού τροχαίας για συνοδεία (λόγω...προεκλογικών(!) συγκεντρώσεων), μεταφέραμε τα ποδήλατα 10 χλμ με το δικό μας αυτοκίνητο.

Στις 8 το πρωί της Τετάρτης, ξεκίνησα με το Θανάση Κανελλόπουλο από τη θέση Πριόνια (υψόμετρο 1.100μ) για να καλύψουμε τα σκληροτράχηλα ανηφορικά μονοπάτια των 10 χλμ μέχρι το Μύτικα, στα 2917μ. Μετά από 6 χλμ φτάσαμε στο καταφύγιο «Αγαπητού» (2.200μ), σε 2 ώρες και 10 λεπτά. Μετά τα 2.500 μέτρα, η έλλειψη οξυγόνου, συν την διήμερη σωματική μου κόπωση και το σακίδιο στην πλάτη, έφερε ατονία και ζαλάδες με αποτέλεσμα να αργοπορώ τα βήματά μου. Ωστόσο ξεναβρήκα τις δυνάμεις μου άμεσα αφού έφαγα και ενυδατώθηκα. Φτάνοντας στη θέση «Σκολιό», από το νότιο τμήμα, μπήκαμε πλέον στο δυσκολότερο κομμάτι που χρειάζεται αναρρίχηση. Χωρίς κρίκους και σχοινιά, σε 30 περίπου λεπτά μαζί με το Θανάση, κατέκτησα το Μύτικα για 6η φορά. Και όλα αυτά αγκαλιάζοντας με τα τέσσερα... και πάντα μπρούμυτα τις πολύ επικίνδυνες κάθετες πλάκες της χαράδρας που οδηγούσαν προς την κορυφή. Η επιστροφή έγινε από τη βόρεια μεριά από το επίσης γνωστό και επικίνδυνο «Λούκι», με στυλ ανάσκελο αυτή τη φορά χρησιμοποιώντας και πάλι σαν έμβολα χέρια και πόδια. Ολοκλήρωσα με την όλη προσπάθεια του μυθικού Ολύμπου σε 10 ώρες, με την κατάβαση να με δυσκολεύει περισσότερο, δεδομένης της αναπηρίας στο δεξί μου πόδι από το τροχαίο του 2008.

Ευχαριστώ από καρδιάς τους συναθλητές συνοδούς μου που χωρίς την παρουσία τους δεν θα κατάφερνα να ολοκληρώσω την τριήμερη προσπάθειά μου. Ευχαριστώ επίσης φίλους και σωματεία που κατέθεσαν χρήματα στη Φλόγα και όλους εκείνους που πλεύρισαν με αγάπη την αθλητική-κοινωνική μας εκδήλωση για τον κοινό ιερό σκοπό. Τέλος ευχαριστώ την οικογένειά μου που ενώ γνωρίζει πόσο δύσκολες και επίπονες είναι τέτοιες προσπάθειες, βρίσκεται πάντα στο πλευρό μου και μου συμπαρστέκεται.



Τα νέα της αγοράς από την Polo



GREGORY Z25

Μικρό ελαφρύ με compact σχεδίαση και όμορφες γραμμές. Ιδανικό για ημερήσιες εκδρομές, ποδηλασία, trail running αλλά και καθημερινή χρήση. Εξοπλισμένο με σύστημα αεριζόμενης δικτυωτής πλάτης CrossFlo .
ΒΑΡΟΣ 850 gr
Τιμή : 69,00



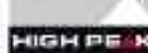
SALEWA TOUR X-PRO ICE PICK

Riolet για πεζοπορία και ορειβασία. Κεφαλή και στέλεχος κατασκευασμένα από ελαφρύ κράμα με την μέθοδο hot-foam που το κάνει εξαιρετικά στιβαρό. Η κεφαλή και το στέλεχος είναι συγκολλημένα με το σύστημα 360° bonding χωρίς την χρήση πριτσινιών αυξάνοντας με αυτόν τον τρόπο την αντοχή του riolet. Μεγέθη 55cm-62cm-70cm Βάρος 470gr. Τιμή : 84,00



POLO CENTER

- Πατησίων 52 & Μετσόβου, Μουσείο Τηλ.: 210 - 8256840
- Ζησιμοπούλου 62, Παλ. Φάληρο Τηλ.: 210 - 9414020
- Α. Ηρακλείου 375, Ν. Ηράκλειο Τηλ.: 210 - 2815600



DIMITRIADIS
ACTION STORES

Ν. Φιλαδέλφεια: Λ. Δεκελείας 23 - τηλ: 210 2525064
Αργυρούπολη: Βουλιαγμένης 587 (Κόμβος Αλίμου) τηλ: 210 9941189
Αράχωβα: Δελφών - τηλ: 22670 32728

www.dimitriadis.gr